

# فلان - كريب ومحليات باردة

الحاجة كل يوم



# الفهرس

34	كريب بالكاوكاو ومربي البرتقال	04	فلان كراميل
36	كريب بالتفاح والقرفة	06	فلان بالبرتقال
38	كريب بالشكلاطة والبندق	08	فلان باللوز
40	كريب بالفريز	10	فلان بالكاكاو
42	تيراميسو	12	فلان بالكوك
44	تيراميسو بالفريز	14	موس بالفريز
46	تيراميسو بالسكنجبير والكركاغ	16	موس بالموز (البنان)
48	حلوى الأناناس	18	موس بالشكلاطة
50	حلوى التفاح والزبيب	20	موس بالقهوة
52	حلوى الجبن بالحامض	22	كريم بهاء الزهر
54	ميني شارلوت	24	كريم الأناناس
56	سلطة الكيوي والأناناس	26	كريم البرتقال
58	سلطة الفواكه بالسكنجبير	28	أرز بالحليب
60	سلطة الفواكه الجافة	30	كريب عادي
62	سلطة الفواكه مع القشدة الطرية	31	كريب خفيف
		32	كريب بالعسل والكركاغ

## قلان گرامیل

۱۰۰۰

المجلة

تکواندو

Copyright © 2008 John Wiley & Sons, Ltd.

- \* 400 سكر سينية = لث حبيب عتيق  
 \* ملائق كيلي ماء \* فينجر  
 \* 400 سكر سينية = 400 سكر سينية  
 \* الماندر = ملحق عذوق ذوق



طريقة تقدير التوافع



١ في حروفه لا يبي المعك مع قليلا  
لما، أصغر في العاشر، شعبه  
شاه خليفة، وهو في بواحدة  
خليفة على الملوك، في كل



2. ضعیف ہونے / باعزت سے فائدہ اٹھانے  
داخل کے طالب علم کے ساتھ اچھے اُن کے ساتھ  
رواں ہونے؟

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**طريق إلى مستقبل أوروبا**



المسألة الأولى: في معرفة ما هو الحق والباطل في الدين والسياسة.



4. استيفي إجابة السحب: شيفرة تشيخا مع  
المتريفة: شيفرة لإزالة اللوحة لم عصبه  
في اللوح المعتمرة سابقا عليها  
بوت الأندوم لم عليها في قوز على  
شيفرة حمام مرده بالحل لامة أدمعاعة.

لقد وجدوا في الفئران المصابين بمرض السكري من النوع الثاني أن تناولهم لـ 100 ملغ من زيت السمك يوميًا لمدة 12 أسبوعًا أدى إلى انخفاض مستويات السكر في الدم.

# فلان بالبرتقال

الأشياء

المقادير

• 30 سل عصير برتقال طوي

• 50 سل سكر • 2 بيض

• 175 غ سكر سنية

• قشور برتقال



1 في كمونة أو بي نصف كمية سكر مع عصير الحمض ضعه فوق نار خفيفة واتركه يغلي حتى تحصل على شراب كثيف ثم مبي نصفه في الإناء المعد لتعصير الفلان وضعه في الخلاطة



2 نعي الحليب عند ايد بالخليل اضعي اليه قشور البرتقال والسكر واخلطه بخلط يد واخلط ثم اضعي السكر وتركه يمتزج



3 في اناء نظيف ابيض وابتلي من السكر بالشراب اروي به ثم اضعي السكر من قشور البرتقال والسكر اليه شيئاً فشيئاً مع مواصلة الخلط ثم صفيه في اناء آخر وادعه



4 صغره في القالبه فاده في قالب أو لائحة بهدء اصبه فوق الألفيوم ثم اضعه إلى الفرن على طريقة حمام مريم لمدة ساعة اخرجيه من الفرن حتى يبرد ثم اخلطه في الخلاطة

بعد الانتهاء اضعي بشراب البرتقال المشوي وزيتيه بقشور البرتقال المحسل وشوراح اللوز







4 في شنورة انش نصف كمية الحليب  
الصفوي اربعة الكافاو وجرشي ثم صفيفها



الاولي باء طرب الفشار مع السكر والثاني  
بالشرب القوي. الصفوي اربعة كمية  
الحليب ثم اذوا الحظي الصفوي الحليب مع  
جودسة الحظي



الحظي الحليب مع الكافاو ثم اصفيفها  
شبه فاشيفها بصفيفها على اذوا حظيفة  
و جرشي باء شنورة حتى تصففي على فلان  
كافاو صفيفه اذوا حظيفة



كافاو في فلان حظي باء شنورة و جرشي  
في الفلاحة اذوا حظيفة و جودسة صفيفها  
في حظي الحظي و جودسة بالكرشم شاشي

## فلان بالكافاو

المقادير

التحضير

1500 مل حليب = 1400 مل مكر حنيفة

2 بيض = ملعقة صغيرة فانولا

100 غ نشا (مايزينا) = 2 ملاعق كبيرة كافاو





1 حضري الكراميل وصفيه في قالب خاص بـ الكتان أو في قوالب فردية وتريشه بودر أبيض لطيف لطفتي الذان. اترسي فيه الكوكاكولا اطحليه وغطيه مدة ربع ساعة.



2 في ذلك خربي قيسر السكر والماندولا والموز الطري. حشي التحليب من الكوكاكولا اطحليه.



3 اترسي القيسر فيمركز واطحلي حتى تتمازج المكونات ثم صفيه لإزالة الرغوة.



4 صفيه في القوالب التي سبق وضع الكراميل بودر المانيدولا في لينة أو لينة به حبات صلبة جوفى الكراميل ثم اطحليه الى اللون على نار خفيفة مدة ربع ساعة. عند الانتهاء رطبيه بالماء.



## فلان بالكوك

المقادير

- نصف كاس صغير من الكراميل (ص 1)
- قهوة كبيرة حليب مركز غير محلى
- 125 غ كوكا
- 4 بيض
- 100 غ سكر حليب
- ملعقة صغيرة من روح الفانيليا
- 250 غ سكر سكر



# موس بالفريز

المقادير

- 100 غ سكر مسيكة • 300 غ فريز
- 25 مل قشدة طرية • 1 بيض دجج

التحضير



1 اغسلي الفريز وقطعيه إلى مكعبات صغيرة، ضعيه في الخلاط الكهربائي واضربيه جيدا ثم صفيه.



2 اخفري القشدة الطرية بالخواب الكهربائي مع إضافة السكر شيئا فشيئا حتى تحصلين على كريمة شانتي.



3 اضيفي الفريز واضغطي بهدوء من الأسفل إلى الأعلى ليمتصق الخليط برفقه.



4 اخفري البيض الرخيص بالخواب الكهربائي حتى يصبح كثيفا، اضيفيه إلى الفريز والقشدة واضغطي بهدوء ثم صفيها في كوب طرية.



ضعيها في الخلاط لمدة ساعتين على الأقل قبل تقديمها. عند التقديم زيننها بالفريز و توداج التجماع.





• 50 سل حليب • 150 غ سكر صفيحة

• 3 ملاعق صغيرة قهوة سريعة الذوبان

• 1 أصفر بيض • 2 أبيض بيض

• 20 سل قشدة طرية • 2 ملاعق صغيرة نشا (مايزينا)



1 اغلي الحليب. اغلي النار ثم اضبطي الحرارة سابعة القوي



2 اخفسي أصفر البيض مع 100 غ سكر. اضيفي النشا واخفسي



3 استكملي الخلط قليلا فخلطتي فوق الخلطة مع القهوية. اضعيه على نار خفيفة وحراري حتى تحصلي على كريم كثيف ثم اتركه يبرد



4 اخفسي القشدة الطرية مع بقية السكر بالخراف الكورباتي. اضيفها الى كريم القهوة بعد ان يبرد تماما واخفسي اخفسي ليطبخ البيض بالخراف الكورباتي

على يدسج الثلج و اضيفيه ببطء ثم صبي الموس في اكواب فريدة واتركها في الثلاجة ساعتين على الأقل. عند التقديم زينها برفائق اللوز، الكاكاو والشكلاطه معالج بيرة



## موس بالموز (البقان)

4 أشخاص

المقادير

- 4 حبات موز ناضجة (بنان) = 2 أبيض مبشور
- 2 ملعقة كبيرة سكر سيدة = 30 سكر نشاء طرية
- 1 ملعقة كبيرة عصير حامض

1. تقشر الموز وغسله. أصبغ إليه  
عصير الليمون والسكر وأطحنه  
بالمطاطة الكهربائية.

2. اخدوي الحشوة الطرية بالطراب  
الكهربائي حتى يصبح على شكل  
شاشي ثم تصبغ إليها عصير الموز  
والنشأ بكم.

3. اخدوي البيض المبشور بالطراب  
الكهربائي حتى يصبح كالثلج ثم  
أصبغه إلى التريم وأخلطي بكم.

4. صبي الموز في أواني فردية وضعه  
في الثلاجة عدة ساعات على الأقل.  
عد التقديم زينه برفاش الشكلا  
وسالم الموز (البقان).

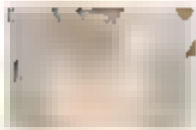


# موس بالمشكلات

المحاضرات

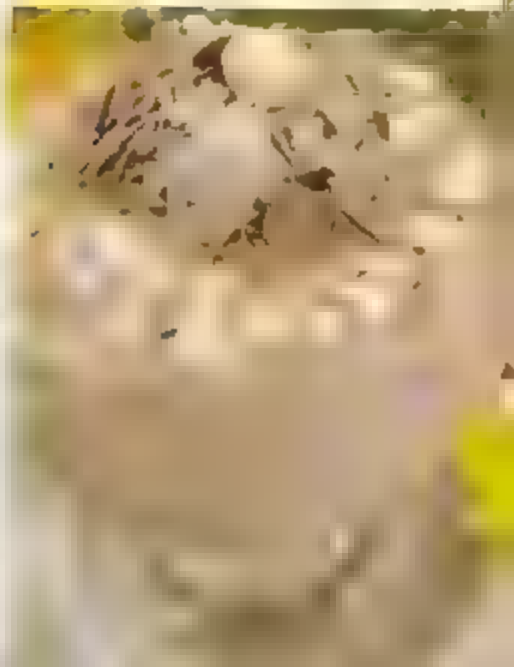
المادة: علم الحشرات ٥ ٤ ٣ ٢ ١

٥ ٤ ٣ ٢ ١



٥ ٤ ٣ ٢ ١

٥ ٤ ٣ ٢ ١



# كريم بماء الزهر

• محتاج •

• اسم • المكي • وما

•

• ٥ لتر حليب • ٤ صفار بيض • ١ لجم سكر حبيب

• ١ ملاعق كبيرة سب مايزيد • ٥ ملاعق كبيرة سب • زهر

• ١ ملاعق كبيرة سب • ٥ ملاعق كبيرة سب • ٥ ملاعق كبيرة سب

• اسم •

• اسم • الحبيب

• اسم •

• اسم •

• اسم •

• اسم •

• اسم •

• اسم • المكي • المهرش • الحبيب





كريم البرققي

4.

اسد حم

۵۔ عصیہ و نطہ ہوی

■ ۷۰۰ م ستر سید ■

(4) 注意

٥. ملء كوب كبير ماء ساخن -



الخطاب



# آرزو بالحليب

لبن -

شام

• 5- وبعدها ازل بيض مصنوعه • ٥ بيض

• 10 سكر سديه • ١٠ زبدة حليب معلى

• صبحه شيو ما غر • ٥ حب كاسه كركا. مهوس

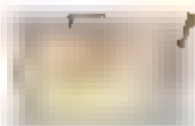
• صفا كاسه ريد • ٥ ملا او جيره قاسو • ٢



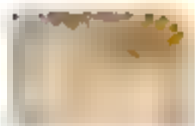
بر الطر

العيب

بر ال



بر ال



بر ال

بر ال



بر ال

بر ال







# كريد بالهسل والكركاغ

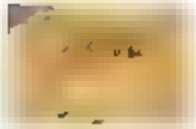
الحضرة

ندى

كريد عددي او حقيقي عددي حقيقه

آ: غير مطحور ع: ع

آ: ع: كاخ مهرسي



# كريب بالكاوكاو ومربي البرتقال

المكونات:

• ٥ أكواب دقيق و ١٠ أكواب سكر و ١٠ أكواب زبدة

• ١٠ أكواب ماء و ١٠ أكواب حليب و ١٠ أكواب زبدة

• ١٠ أكواب زبدة و ١٠ أكواب

الخطوات:

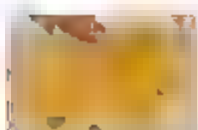
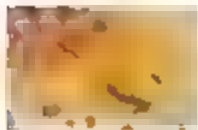
١. ١٠ أكواب

٢. ١٠ أكواب

٣. ١٠ أكواب

٤. ١٠ أكواب

٥. ١٠ أكواب



# كريب بالتماح والقرفة

١٠٠٠

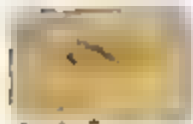
- ١ كريب عادي وحيد حسب ذوقك
- ٢ كريب بالتماح حسب ذوقك
- ٣ كريب بالتماح حسب ذوقك
- ٤ كريب بالتماح حسب ذوقك
- ٥ كريب بالتماح حسب ذوقك
- ٦ كريب بالتماح حسب ذوقك
- ٧ كريب بالتماح حسب ذوقك
- ٨ كريب بالتماح حسب ذوقك
- ٩ كريب بالتماح حسب ذوقك
- ١٠ كريب بالتماح حسب ذوقك



١٠٠٠



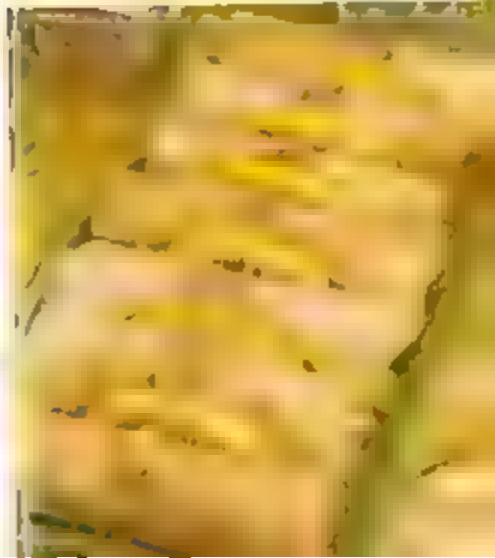
١٠٠٠



١٠٠٠



١٠٠٠







# تبراهيسو

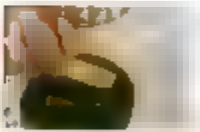
د

د

۶ قطعه منکويې Hushim + شعر مص + شعر جتو

۷ ع منکر سیده ۵ ۶ ۷ شعر ماسکار بوي ویا تنی

۸ سر خجوه قومه ۸ دلاوی شیرد کاکو و سر





حالیہ

32

•  $K_1 = 2 \times 10^{-2}$  لربط •  $7$  أحسنك بجمع  $+ 3$  لربط

۷. قطعہ ہسٹریکریٹ (Hysteric) کا ذکر ہم مسکد میں کرتے ہیں۔

٥ حذاف منعه صغيرة من الزاد "و" و "هـ" من عمنى من "هـ"

۶. اے اللہ! سب سے زیادہ شایعہ و فساد کرنے والے کو سزا دے

٤٠٨

$$\mathbb{E}[K] \leq \frac{1}{\epsilon} \ln \frac{1}{\delta}$$

|| ع ٦ || الشكر على ما فيهم

۱۱۰ + اہمیت کی بنیاد پر

[illegible]

2004

تہذیب و تمدن

۶۔ عسری یادگاری

2021.11.11

[illegible]

2010

• الفهرست

عنه عليه السلام: عليّ أفضل عند التقسيم

س. ١٠٠







# حلوى الاناناس

المقادير

الوقت

١٠ دقائق | ١٠ دقائق | ١٠ دقائق

١٠ دقائق | ١٠ دقائق | ١٠ دقائق

١٠ دقائق | ١٠ دقائق | ١٠ دقائق

١٠ دقائق | ١٠ دقائق | ١٠ دقائق

١٠ دقائق | ١٠ دقائق | ١٠ دقائق



## حلوى التفاح والزبيب

— 2 —

|| حیاتِ نفا ہ یخ + اصرارِ یسہ

[illegible]

٥ اذ قد علمنا ان ما في هذه الصحيفة من

« ۱۱ » سر حبیب = فقہ حنفیہ حنفیہ

من قديمه في

١٠٠٠

هناك راء جمعير الله انا





# هيني شارلوت

١٠ ٢٠ ٣٠ ٤٠ ٥٠ ٦٠ ٧٠ ٨٠ ٩٠ ١٠٠  
 ١١ ١٢ ١٣ ١٤ ١٥ ١٦ ١٧ ١٨ ١٩ ٢٠  
 ٢١ ٢٢ ٢٣ ٢٤ ٢٥ ٢٦ ٢٧ ٢٨ ٢٩ ٣٠  
 ٣١ ٣٢ ٣٣ ٣٤ ٣٥ ٣٦ ٣٧ ٣٨ ٣٩ ٤٠



١٠ ٢٠ ٣٠ ٤٠ ٥٠ ٦٠ ٧٠ ٨٠ ٩٠ ١٠٠  
 ١١ ١٢ ١٣ ١٤ ١٥ ١٦ ١٧ ١٨ ١٩ ٢٠  
 ٢١ ٢٢ ٢٣ ٢٤ ٢٥ ٢٦ ٢٧ ٢٨ ٢٩ ٣٠  
 ٣١ ٣٢ ٣٣ ٣٤ ٣٥ ٣٦ ٣٧ ٣٨ ٣٩ ٤٠



١٠ ٢٠ ٣٠ ٤٠ ٥٠ ٦٠ ٧٠ ٨٠ ٩٠ ١٠٠  
 ١١ ١٢ ١٣ ١٤ ١٥ ١٦ ١٧ ١٨ ١٩ ٢٠  
 ٢١ ٢٢ ٢٣ ٢٤ ٢٥ ٢٦ ٢٧ ٢٨ ٢٩ ٣٠  
 ٣١ ٣٢ ٣٣ ٣٤ ٣٥ ٣٦ ٣٧ ٣٨ ٣٩ ٤٠



١٠ ٢٠ ٣٠ ٤٠ ٥٠ ٦٠ ٧٠ ٨٠ ٩٠ ١٠٠  
 ١١ ١٢ ١٣ ١٤ ١٥ ١٦ ١٧ ١٨ ١٩ ٢٠  
 ٢١ ٢٢ ٢٣ ٢٤ ٢٥ ٢٦ ٢٧ ٢٨ ٢٩ ٣٠  
 ٣١ ٣٢ ٣٣ ٣٤ ٣٥ ٣٦ ٣٧ ٣٨ ٣٩ ٤٠



١٠ ٢٠ ٣٠ ٤٠ ٥٠ ٦٠ ٧٠ ٨٠ ٩٠ ١٠٠  
 ١١ ١٢ ١٣ ١٤ ١٥ ١٦ ١٧ ١٨ ١٩ ٢٠  
 ٢١ ٢٢ ٢٣ ٢٤ ٢٥ ٢٦ ٢٧ ٢٨ ٢٩ ٣٠  
 ٣١ ٣٢ ٣٣ ٣٤ ٣٥ ٣٦ ٣٧ ٣٨ ٣٩ ٤٠







1 قشعي الأناناس إلى مكعبات والكوي  
إلى دوائر



2 ادعبيها في كؤوس فردية بشكل  
بشبات



3 انخلي الحليب، عصير البرتقال وعصير  
الحمض



4 صيبي فوق الأناناس والكوي ثم زيني  
بالفستق الحلواني المطبق قليلاً وحبي الشوك

## سلطة الكيوي والأناس

الأناس

التحضير

- « 4 حبات كيوي » « 4 حبات أناس »
- « 3 ملاعق كبيرة نسل » « نصف كأس عصير برتقال »
- « ملعقة كبيرة عصير حامض »





1 اضعي كل الفواكه في مكعبات ووضي فوقها السكر.



2 اضطي الصنكجيري، عصير الحامض ونصير الاناناس.



3 صفيه فوق الفواكه واططي.



4 اضفي الريب و اضطي ضعيبا في طبق التقديم وزيثها بالقشدة الطرية المخفوقة.

## سلاطة الفواكه بالسكنجبير

المكونات

التحضير

- 300غ فوريق • 3 حبات موز (مسنن)
- 3 حبات لقاح • 100غ سكر مثبنة
- نصف كأس عصير اناناس • ملعقة كبيرة عصير حامض
- ملعقة صغيرة سكنجبير أحمر مخلوك • 2 ملاعق كبيرة زبيب
- قليل من القشدة الطرية



1 اضربي البامبوت وادهني بالزبد اللين



2 اضيفي مسحوق اللوز وعاء الزبد والسكر



3 ضعي المشعشع الجاف الى سكر صابرة واضيفيه ثم اضيفي الزبد والكركاخ المبروش والطحلي



4 صديه في انكوبه فورية واسكبي فوقها الحصل يمكن ان تزينه بالسكر والبن



## سلطة بالفاكهه الجافة

المقادير

- 4 بيكاتوت طبيعي • 100 غ زبيب • 4 ملاعق كبيرة سكر
- 100 غ لوز مقشر ومطبور • 100 غ مشمش جاف
- 100 غ كركاخ مبروش • 1 ملعقة كبيرة من ماء الزهر



# سلطة الفواكه مع القشدة الطرية

4 أشخاص

المقادير

- 100 غ فواكه • 3 مواب (جاص) • 3 حبات زباد
- 3 حبات «وز» (بنان) • ملعقة كبيرة عصير حامض
- 2 ملاعق كبيرة سكر سادة • 2 ملاعق قشدة غنية
- 4 ملاعق كبيرة «سل» • نصف كأس صغير كركاع
- نصف كأس صغير لوز مقشر • نصف كأس صغير فستق (بمطاش)



1 قصعي تفوكك إلى مكعبات، اضيفي إليها عصير الحامض وزشي فوقها السكر.



2 اضربي القشدة الطرية بالطراب الكهربائي واضيفي إليها العسل.



3 حمري اللوز الكركاع والبمطاش قليلاً، قطعها إلى أرباع، اضيفيها واخففي.



4 عند التقديم، ضعي جزءاً من القشدة الطرية بالمكعبات في كل صحن ثم اضيفي الفواكه.

